**Рекомендации родителям гиперактивных детей:**

• В отношениях с ребенком придерживаться позитивной модели. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчеркивайте успехи. Это поможет укрепить уверенность ребенка в собственных силах.

• Избегайте повторений слов «нет», «нельзя».

• Говорите сдержанно, спокойно, мягко.

• Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, что бы он мог его завершить.

• Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

• Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания.

• Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Время приема пищи, выполнения домашней работы и сна должно соответствовать этому распорядку.

• Избегайте по возможности скоплений людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках, в ресторанах оказывает на ребенка чрезмерно стимулирующие воздействие.

• Во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером. Избегайте беспокойных и шумных приятелей.

• Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

• Давайте ребенку расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные занятия.

• Постоянно учитывайте недостатки поведения ребенка.

Не менее ответственная роль в работе с гиперактивными детьми принадлежит учителям. Выполнение некоторых рекомендаций психолога может способствовать нормализации взаимоотношений учителя с беспокойным учеником и поможет ребенку лучше справляться с учебной нагрузкой.